



جامعة بنها

كلية الزراعة

توصيف مقرر/ تغذية إنسان وبرامج تغذية

مواصفات المقرر :

البرنامج أو البرامج التي يقدم من خلالها المقرر: علوم الأغذية

المقرر يمثل عنصراً رئيسياً أو ثانوياً بالنسبة للبرامج: رئيسي

القسم العلمي المسئول عن البرنامج : علوم الأغذية

القسم العلمي المسئول عن تدريس المقرر : علوم الأغذية

السنة الدراسية / المستوى: الرابع / الفصل الدراسي الثاني

تاريخ اعتماد توصيف البرنامج : 15 / 1 / 2010

(أ) البيانات الأساسية

العنوان : تغذية إنسان وبرامج تغذية الكود : أ غ ذ 404

الساعات المعتمدة: 3 وحدات

الدروس العملية: 2 ساعة/اسبوع

المحاضرة: 2 ساعة/اسبوع

المجموع: 56 ساعة/الفصل الدراسي

ساعات الإرشاد الأكاديمي:

(ب) البيانات المهنية

1 - الأهداف العامة للمقرر :

بنهاية تدريس هذا المقرر يكون الطالب قادراً على ان:

- 1- يتعرف الطالب على بالمبادئ الأساسية في مجال تغذية الإنسان.
- 2- يتعرف الطالب على مكونات الغذاء وأهميته العلاجية.
- 3- يتعرف الطالب على احتياجات الفرد الغذائية طبقاً لحالته الصحية.
- 4- يفهم الطالب المبادئ الأساسية والتطبيقية للتغذية.
- 5- يقوم الطالب بإعداد وجبات أغذية للفئات المختلفة (رياضيين – سيدات – رجال – أطفال – حوامل – طلاب مدارس- مرضعات - جنود).

2 - النتائج التعليمية المستهدفة للمقرر :

أ - المعرفة والفهم :

- أ-1- يتعرف الطالب على المكونات الكبرى والصغرى للغذاء بصفة عامة
- أ-2- يتعرف على الاحتياجات اليومية للفرد العادي – للفئات الخاصة.
- أ-3- يعرف الشروط الواجب توافرها في الغذاء المتزن.
- أ-4- يعرف مدى أهميه اعدد برامج تغذية لكل فئات الشعب والفئات الخاصة.

ب - المهارات الذهنية :

- ب-1- يحدد الغذاء المناسب لكل: فئة عمرية – طبيعة النشاط – فئات خاصة.
- ب-2- يتعرف على القيمة الغذائية لأي غذاء وحساب محتواه من السعرات الحرارية.
- ب-3- يقيم الوجبات الغذائية.

ج أ - المهارات المهنية والعملية الخاصة بالمقرر :

- ج أ -1- يعد برامج غذائية للفئات المختلفة.
- ج أ -2- يقيم الأغذية المختلفة طبقا لتركيبها الكيميائي.
- ج أ -3- يقيم الأغذية بيولوجيا (كيفية حساب معدل الهضم والتمثيل ومعامل الاستفادة من الغذاء).
- ج أ -4- يعمل توليفة من الأغذية تفي بالاحتياجات الغذائية طبقا للفئة المراد تغذيتها (عمل جداول تغذية).
- ج أ -5- يعد جداول تغذية علاجية.

ج ب - المهارات العامة :

- ج ب -1- يعمل في مجموعات صغيرة
- ج ب -2- يحدد الاحتياجات الغذائية للأفراد المختلفة طبقا لظروف كل منها على حدة.

3 - محتوى المقرر :

الموضوع	عدد الساعات / الأسبوع	محاضرة	ساعات إرشاد دروس أكاديمية / عملية
مقدمه – الطاقة ومقياسها	4	2	2
البروتينات – الكربوهيدرات – المعادن – الفيتامينات	4	2	2
أقسام الأغذية الشائعة وقيمتها الغذائية	4	2	2
المواد المانعة في الاستفادة الغذائية – تقوية الأغذية	4	2	2
الاحتياجات اليومية في عناصر الغذاء – تقييم وحساب الوجبات الغذائية	4	2	2

2	2	4	تركيب جسم الإنسان – مقاييس الجسم وتعديلها
2	2	4	تغذية الفئات الحساسة
2	2	4	أمراض سوء التغذية
2	2	4	تقييم القيمة الغذائية للبروتينات – تأثير تخزين وصنيع الأغذية على القيمة الغذائية.
2	2	4	أعداد وجبات خاصة للفئات المختلفة من الناس (الرياضيين)
2	2	4	– مرضى السمنة – مرضى النحافة
2	2	4	الحوامل – مرضى الكبد
2	2	4	أغذية النقاهاة – أغذية الأطفال
2	2	4	مرضى السكر – مرضى الكلى

4 - أساليب التعليم والتعلم :

- 1-4- تغطية الموضوعات الرئيسية بالمحاضرات
- 2-4- التدريبات العملية
- 3-4- حلقات المناقشات الدراسية
- 4-4- استخدام وسائل تعليمية مرئية أو مسموعة

5 - أساليب تقييم الطلاب

- 1-5- الجزء النظري . لتقييم امتحان دوري
- 2-5- الجزء العملي لتقييم مقدرة الطالب على تنفيذ التجارب المعملية
- 3-5- سيمينار لتقييم القدرة على البحث عن معلومة وكيفية توصيلها
- 4-5- الشفوى لتقييم القدرة على مناقشة المشاكل وكيفية حلها.

جدول التقييم :

- | | | |
|-----------|-------------------------|----------------------------|
| التقييم 1 | امتحانات أعمال سنة | الأسبوع بعد الأسبوع الرابع |
| التقييم 2 | الامتحان العملى النهائى | الأسبوع الرابع عشر |
| التقييم 3 | الامتحان الشفهى | الأسبوع الرابع عشر |
| التقييم 4 | النهائى | الأسبوع 15-17 |

الوزن النسبي لكل تقييم

- | | |
|------------------------|-----|
| امتحان نصف السنة/الفصل | % |
| امتحان آخر السنة/الفصل | %60 |



%10	الامتحان الشفوي
%20	الامتحان العملي
%10	أعمال السنة/الفصل
%	أنواع التقييم الأخرى
%100	المجموع

6 - قائمة المراجع

6 - 1 - مذكرات المقرر

مذكرة من إعداد أستاذ المادة

6 - 2 - الكتب الدراسية المستعان بها

المراجع العربية:

- التكروري، حامد والمصري، خضر (1989). علم التغذية العامة – الدار العربية للنشر والتوزيع
- مصطفى كمال مصطفى (1985). الغذاء ودوره في التغذية – دار النهضة المصرية
- مصطفى كمال مصطفى (2004). التغذية وقوائم الطعام - دار هبة النيل العربية

6 - 2 - الكتب الدراسية:

المراجع الاجنبية:

- Mann, J. and Truswell, S. (2002). Essentials of Human Nutrition. Oxford University Press, USA. ISBN-10 / ASIN: 0198508611, ISBN-13 / EAN: 9780198508618
- Eastwood**, M. (2003). Principles of Human Nutrition. Wiley-Blackwell ISBN-10 / ASIN: 0632058110, ISBN-13 / EAN: 9780632058112.
- Stipanuk, M. H. (2000). Biochemical and Physiological Aspects of Human Nutrition. W.B. Saunders Company. ISBN-10 / ASIN: 072164452X, ISBN-13 / EAN: 9780721644523
- Marcus, B. A. (1997). Human Nutrition. Cliffs Notes. ISBN-10 / ASIN: 0822053306, ISBN-13 / EAN: 9780822053309
- Maurice E Shils, Moshe Shike, A. Catharine Ross, Benjamin Caballero, Robert J Cousins, (2005). Modern Nutrition in Health



and Disease. Lippincott Williams & Wilkins, ISBN-10: 0781741335, ISBN-13: 978-0781741330.

6 - 3 - مجلات دورية، مواقع إنترنت، ، إلخ

American J. of Clinical Nutrition
The J. of Nutrition
J. of the American College of Nutrition
J. of Food Science
www.sciencedirect.net
www.blakell.com
www.springerlink.com

- تم مناقشة التوصيف وإعتماده بمجلس القسم المنعقد بتاريخ 15 / 1 / 2010

أستاذ المادة : أ.د.همام الطوخي محمد بهلول
رئيس القسم : أ.د.همام الطوخي محمد بهلول

د/ حسن احمد بركات

التوقيع :
التوقيع :